Nr. 20 Cena 70 gr.



MŁODA MATKA





S. Kaulbach.

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

ROK IV. Nr. 20.

MŁODA · MATKA

DWUTYGODNIK · POŚWIĘCONY · ZDROWIU I · WYCHOWANIU · DZIECKA · DO · LAT · SIEDMIU

POPIERANY · PRZEZ · POLSKIE · TOWARZYSTWO · PEDJATRYCZNE

DRUGI ZESZYT PAŹDZIERNIKOWY 1930 R.

TREŚĆ NUMERU: O tak zwanych przeziębieniach jesiennych — *Dr. M. Gromski*. Kochajmy nasze dzieci — *Dr. T. Lewenfiszowa*. O roli cukru w pożywieniu. — *Dr. P. Baumryter*. Z higjeny macierzyństwa. — *Dr. J. Śmiarowska*. Hartowanie przy pomocy nacierań — *Dr. Cz. Hoppe*. Wizyty — *R. Sztrancmanowa*. Z pamiętnika Wandeczki. Wśród książek — *Alina Trusiewiczowa*. Odpowiedzi na listy rodziców.

DODATKI: Rady praktyczne i Tablica kroju.



NAJMILSZA ZABAWA — PIASEK

O t. zw. „przeziębieniach” jesiennych

Już cały miesiąc jesteśmy w mieście. Rozkosze lata, bodaj nawet takiego, jakie mieliśmy w roku bieżącym, zostały nam jedynie w miłych wspomnieniach i w resztkach ogorzałości na twarzy. Wrzesień, ten prawie przysłowiowy polski wrzesień, gdy mowa o pogodzie, zawiódł stosunkowo bardzo niewiele; zato październink przywitał nas iście jesiennym chłodem i słotą.

Ba, gdyby to tylko chłód i słota: pół biedy; ale wraz z jesienną pogodą, spotyka nas, a przedewszystkiem nasze dzieci, cały szereg chorób, które ogół zwykł nazywać i tłumaczyć ich powstanie „przeziębieniem“.

Bardzo często słyszymy od matek, że dziecko skłonne jest do „przeziębień“, że często zapada na katar nosa, łatwo występuje u niego kaszel lub chrypka, niejednokrotnie nawet wśród najpiękniejszego lata, częściej z początkiem wiosny.

Nie o takiego rodzaju „przeziębieniach“ mowa w niniejszym artykuje. Na tego rodzaje kaszle, katary lub chrypki zapadają dzieci zupełnie specjalnego typu i wypływają ze specjalnych zupełnie właściwości organizmu danego dziecka, z któremi ono przychodzi już na świat.

Choroby wspomniane, pojawiające się jesienią, mają swe źródło najczęściej w dwóch czynnikach. Katary i kaszel bez gorączki, występujące zupełnie wczesną jesienią, a zwłaszcza wkrótce po powrocie dziecka ze wsi, z gór czy z nad morza, zależą poprostu od zmiany lepszego „klimatu “na gorszy, czystego, wolnego od pyłu, sadzy, kurzu powietrza wiejskiego, górskiego lub morskiego na ciężkie, przepełnione niem powietrze miasta. Kopeć i kurz drażnią błonę śluzową nosa, gardła i krtani, powodując kaszel lub katar, trwające przez czas dłuższy lub krótszy — dopóki organizm dziecka nie przyzwyczai się do tego stanu rzeczy i nie przestanie na to tak silnie reagować.

Tak możnaby wytłumaczyć te „przeziębienia“ z pierwszych tygodni po powrocie z wakacyj. Oczywista, że z t. zw. pospolicie przeziębieniem nie mają one nic wspólnego.

Dopiero z chwilą nastąpienia istotnej chłodnej słotnej jesieni — w październiku, a częściej w listopadzie znowu pojawia się kaszel, katar, chrypa — ale już przeważnie z mniejszą lub większą gorączką, trwającą kilka, kilkanaście dni i niejednokrotnie wikłającą się zapaleniem oskrzeli, a u dzieci najmłodszych nawet zapaleniem płuc.

Są to najczęściej różne postacie lżejszej lub cięższej grypy, występującej zazwyczaj w tym czasie w mniejszych lub większych epidem-

jach. Bez wątpienia taki czynnik, jak silne oziębianie ciała, zwłaszcza przegrzanego (naprz. przesadna odzież, zbyt wysoka temperatura źle przewietrzanego mieszkania, przedszkola lub klasy szkolnej) nie jest obojętne, jednak właściwą przyczyną jest zarazek, przechodzący do zdrowego od chorego, ozdrowieńca lub takiego, który znajduje się w okresie bezpośrednio poprzedzającym zupełnie widoczne objawy cierpienia. Ciekawe jest jednak, że niektóre dzieci podlegają tym chorobom częściej aniżeli inne, chociaż zarazek ma jednakowo otwartą drogę do jednych jak do drugich.

Pomijam nieodpowiednie pod względem higjenicznym pielęgnowanie dziecka, które w wysokim stopniu sprzyja powstaniu choroby (złe mieszkanie, niewłaściwa odzież, niekorzystanie należyte ze świeżego powietrza i t. p.), chcę jednak zwrócić uwagę, że u większości dzieci, które tak łatwo zapadają na te późne jesienne „przeziębienia“ możemy stwierdzić pewne nieprawidłowości w jamie nosowo-gardzielowej.

Przedewszystkiem powiększone migdały, potem utrudnione oddychanie przez nos (dziecko oddycha ustami). Przyczyną tego ostatniego są najczęściej t. zw. wyrośla gruczołowate (adenoidy). Wreszcie — niejednokrotnie zepsute zęby.

Jeżeli zatem zważymy wspomniane tu okoliczności, w jakich powstają choroby z „przeziębienia“ i zechcemy uchronić przed niemi nasze dzieci, to przedewszystkiem zwrócimy uwagę na ich ogólny stan zdrowia, zwłaszcza na stan ich jamy noso - gardzielowej, na higjenę ich codziennego życia.

A gdyby w mieszkaniu naszem ktokolwiek z dorosłych lub dzieci starszych zachorował chociażby na zwykły katar nosa, nie zapomnijmy możliwie najdokładniej izolować od chorego dzieci najmłodsze, zwłaszcza niemowlęta, dla których nawet to tak powszednie cierpienie stać się może początkiem bardzo poważnych, nieraz zupełnie tragicznych przejść, jak ciężkie zapalenie płuc i t. p.

Do jesiennych, również, schorzeń należą tak częste w tym czasie anginy. Mam wrażenie, że to tak powszechne cierpienie, zostało już należycie zrozumiane przez matki, które przestały je bagatelizować. Pomijam to, że t. zw. zwykłę anginę bardzo łatwo można przeoczyć, że niejednokrotnie błonicę gardła można przyjąć za anginę i odwrotnie, przypomnę tylko, że jest ona naogół biorąc cierpieniem zupełnie serjo i może dawać w swym przebiegu cały szereg komplikacyj, grożących, jeżeli nie śmiercią, to kalectwem na całe życie (wada serca). Jedynie lekarz może tu pomóc, a opieka domowa powinna uczynić wszystko, ażeby nie dopuścić do zarażenia się od jednego z chorych domowników — drugich, a prze-

dewszystkiem dzieci w wieku przedszkolnym, które są bodaj najbardziej na tę chorobę wrażliwe i najciężej ją przechodzą.

Nie zapominajmy również, że na nas ciąży odpowiedzialność w stosunku i do obcych nam dzieci; nie poślemy zatem ani do szkoły ani do przedszkola dziecka naszego aż do chwili, dopóki z ust kompetentnych nie dowiemy się, że jest ono istotnie zupełnie nieszkodliwe dla otoczenia.

Dr. M. Gromski.

Kochajmy nasze dzieci!



Mała Anula, aczkolwiek dziewczynka, z radością była powitana przez rodziców.

Niejedna z naszych czytelniczek uśmiechnie się pobłażliwie po przeczytaniu powyższego nagłówka zaopatrzonego w wykrzyknik: któż z nas bowiem nie kocha swego dziecka? A jednak niektóre spostrzeżenia z życia codziennego przekonały mnie, że apel taki do matek jest wcale pożądany, ba, niekiedy nawet konieczny — i skłoniły mnie do napisania niniejszego artykułu.

Nieraz przecież widujemy w rodzinach z licznem rodzeństwem tak zw. dzieci „uprzywilejowane“, ot niewiadomo dla jakiej przyczyny to lub inne dziecko cieszy się większą miłością rodziców, otrzymuje częściej smakołyki, zabawki, lepszą odzież niż reszta rodzeństwa.

Przeważnie szczęśliwy ów los przypada najmłodszemu dziecku. Wynika to z całego szeregu przyczyn: niezaradność maleństwa pociąga za sobą stałą opiekę matki i niezliczoną ilość kłopotów, okres karmienia jest to naturalny węzeł wzmacniający kontakt między matką a dzieckiem — i wiele, wiele innych ważkich momentów czynią niemowlęctwo i pierwsze lata dzieciństwa wiekiem uprzywilejowanym, dziecko zaś „ulubieńcem“ rodziny.

W tym wypadku rodzeństwu starszemu nie dzieje się naogół krzywda, „nowa pociecha“ rodziców jest bowiem i dla nich pociechą, bez uczucia zazdrości przyglądają się wybrańcowi losu i przeważnie wraz z rodzicami podporządkowują się kaprysom małego tyrana.

Anachronizmem zdaje się być fakt potęgowania się miłości rodziców dla „pociechy“ płci męskiej. W czasach odległych syn był przyszłym chlebodawcą, przyczyniał się do zwiększenia dobrobytu rodziny; w rodzinach panujących był następcą tronu, oczekiwanym z niecierpliwością przez naród cały, w rodzinach arystokratycznych — piastunem tytułu. Wszystko to składało się na wielką radość przy narodzinach syna.

Czemuż jednak i obecnie większość kobiet przekłada syna nad córkę i z wielkim niepokojem oczekuje oznajmienia lekarza, akuszerki: chłopak czy dziewczyna. Wszak obecnie córka narówni z synem pracuje w każdej dziedzinie, jest zarówno jak i syn podporą dla starzejących się rodziców, chorego rodzeństwa i t. d. Pomimo to zewsząd słyszymy: a to się udało — chłopak.

Radość przeważnie jest mniejsza, gdy zamiast oczekiwanego chłopca urodziła się dziewczynka. Nieraz matka nie chce sama karmić dziecka, zbyt wielka ofiara dla córki — i bez żadnych wskazań oddaje dziecko najemnej mamce, lub karmi je sztucznie. Dla przykładu przytoczę fakt następujący:

Przed paru tygodniami umieszczone zostało w jednym ze szpitali warszawskich dziecko dwuletnie z potwornemi wprost objawami krzywicy: głowa jak balon, olbrzymie zdeformowanie klatki piersiowej utrudniające dziecku prawidłowe oddychanie, złamanie żebra i kości



Jędrek, ukochany synek zarówno mamusi jak i tatusia.

ramienia, skrzywione nóżki i t. p. Zdawało się, że dziecko to cierpiało najokropniejszą nędzę, to też z niedowierzaniem przyjęliśmy wiadomość, iż jest córką zamożnego przemysłowca.

A zatem gdzież tkwi źródło choroby dziecka?

Przypadek pozwolił nam zagadkę rozwiązać: od sąsiadów dowiadujemy się, że matka pragnęła mieć syna, urodziła się jednak córka. Niezadowolenie wielkie. Maleństwo zostaje powierzone opiece służącej — prostej dziewczyny, która według



Mała pieszczoszka.

swego „widzimisię“ karmi je nieregularnie nieodpowiedniemi pod względem ilościowym i jakościowym potrawami. Dziecko nie otrzymuje niezbędnych dla prawidłowego rozwoju witamin, jest bardzo mało wynoszone na powietrze, przebywa w niewietrzonym pokoju i... ulega druzgocącemu działaniu krzywicy. Nie będzie chyba przesadą, jeżeli taki czyn matki nazwę zbrodnią.

Przecież rodząc dziecko, matka bierze na siebie wielką odpowiedzialność; niezaradne maleństwo wymaga pieczołowitej opieki matki przez długi okres czasu, niezależnie od tego czy jest dziewczyną, czy też chłopcem. Nie krzywdźmy zatem naszych milusińskich, nie skąpmy cichego uczucia naszym maleńkim córeczkom.

Dr. T. Lewenfiszowa.

O roli cukru w pożywieniu

Spożycie cukru jest poniekąd wskaźnikiem zamożności społeczeństwa. Obliczenia statystyczne wykazały, że dobrobyt wpływa na zwiększenie spożycia cukru. Mogłoby się więc zdawać, iż cukier jest składnikiem pożywienia luksusowym, nie zawsze niezbędnym.

W chwili obecnej, w czasie umiejętnie prowadzonej w zasadzie słusznej propagandy na rzecz zwiększenia spożycia cukru, należy poruszyć rolę jego w odżywianiu, aby dotychczasowe niedocenianie wartości odżywczej cukru nie przeistoczyło się w nadmierne przecenianie go ze szkodą dla innych ważnych składników pokarmowych.

Pożywienie nasze składa się z białka, tłuszczów, węglowodanów, (mąki, kasze, cukry), wody, soli oraz witamin.

Węglowodany są składnikami bardzo łatwo przyswajalnemi dzięki czemu są głównem źródłem, z którego organizm czerpie energję niezbędną dla przeistoczenia w ruch, ciepło i t. p. W miarę zwiększania się wysiłku, jaki ustrój ludzki ma wykonać, zapotrzebowanie węglowodanów zwiększa się. Białko, tłuszcze niezbędne dla życia składniki pożywienia nie są tak szybko palne jak węglowodany i z tego względu organizm nie może tak szybko wyzwolić z nich niezbęd-

nej dla wysiłku energji. Osobnik ciężko pracujący fizycznie spożywa znacznie więcej węglowodanów niż pracownik umysłowy. Jeśli chodzi o wiek dziecięcy, to spożycie węglowodanów w stosunku do wagi ciała jest znacznie większe niż w wieku dorosłym.

Zwykły nasz cukier buraczany lub trzcinowy niewątpliwie jako produkt wyodrębniony jest najpożywniejszym z wszystkich spożywanych węglowodanów. Nie mniej przeto nie może być mowy o pożyteczności zastąpienia mąki, kaszy, kartofli, chleba przez zwykły cukier. Nie wolno zapominać, że spożywane węglowodany zawierają prócz cukru szereg innych składników, głównie sole niezbędne dla życia ustroju oraz błonnik. Ten ostatni składnik, jakkolwiek nie ulega strawieniu i przyswojeniu, zapobiega jednak zaparciu. Pozatem węglowodany wyżej wymienione zawierają w znacznej ilości niezbędne dla rozwoju witaminy.

Jeżeli nie może być mowy o porównywaniu wartości cukru i innych węglowodanów, to już napewna nie należy mówić o przewadze cukru nad białkowemi i tłuszczowemi składnikami pożywienia.

Białko jest koniecznym niezbędnym składnikiem pożywienia, bez którego niema odbudowy i wzrostu tkanek. Zdawałoby się, że nic prostszego jak zastąpić 10 deka cielęciny przez 5 łyżeczek kryształu, a zapewnimy organizmowi tę samą ilość ciepłostek za dziesięciokrotnie niższą cenę.

Popełnilibyśmy błąd, skutki którego nie dałyby na siebie długo czekać.

O szkodliwości djety przeważnie węglowodanowej pozbawionej dostatecznej ilości białka i tłuszczu przekonaliśmy się podczas ostatniej wojny. Liczne rzesze jeńców i uciekinierów wadliwie odżywiane z powodu braku dostatecznej ilości mięsa i tłuszczów zapadały na ciężką chorobę obrzękową.

Niemowlęta odżywiane sztucznie przeważnie odwarami mącznemi zapadają na tak zwaną „szkodę mączną". W tych razach, gdy niedomaganie to występuje jedynie w lekkiej formie, mamy do czynienia z niemowlęciem bladem, o wiotkich tkankach, nieodpornem na wpływy zewnętrzne.

Jedynie **prawidłowy stosunek** wszystkich składników pokarmowych jest warunkiem normalnego trawienia i przyswajania.

Tylko pod warunkiem **dostatecznego** dowozu białka i tłuszczu uznać musimy za słuszne nawoływanie do zwiększonego spożycia cukru jako produktu taniego i bardzo odżywczego.

Umyślnie podkreślamy pojęcie dostatecznego dowozu białka i tłuszczu, gdyż podawanie tych składników w nadmiernej ilości bezwzględnie jest szkodliwe, jako nadmiernie obciążające przemianę materji.

Pamiętając o konieczności zachowania właściwego ustosunkowania

składników pożywienia, najlepiej przestrzegać go w poszczególnych potrawach.

Podając jaja, możemy przyrządzić z nich omlet z jarzyną lub konfiturami. Mięso przyrządzamy z tartą bułeczką, jednocześnie podając dobrze osłodzony kompot.

Postępując w powyższy sposób, przygotowujemy pożywienie najlepiej strawne i przyswajalne.

Dr. P. Baumryter.



Z higjeny macierzyństwa

ROZWÓJ DZIECKA.

Jajeczko zapłodnione osadza się w błonie śluzowej macicy, żywiąc się na niej; miejsce przyczepu nazywa się łożyskiem.

Łożysko jest tkanką gąbczastą, mocno unaczynioną; tu dziecię czerpie krew utlenioną macierzyńską niezbędną dla nowego życia i zamienia zużytą. Łożysko zatem jest organem głównym przemiany materji płodu i odgrywa taką samą rolę jak płuca u dorosłego człowieka.

Zarodek ludzki ma 1 cm. długości w I miesiącu ciąży; w drugim jest wielkości jaja kurzego. W IV miesiącu ma 9 cm. dług., zaś jajo dosięga wielkości jaja gęsiego. Przy końcu IV-go miesiąca ma 16 cm. dług. i płeć się już zróżniczkowała. W V mies. ma 25 cm. długości, na skórze płodu pojawiają się mechowate miękkie włoski.

W VI mies. urodzone dziecko może poruszać kończynami, oddychać, jednakże wkrótce zamiera. Ma dług. 30 cm.

W VII mies. dług. 35 cm., skóra okryta tłuszczykiem t. zwaną mazią. Urodzone w tym czasie przy bardzo umiejętnem pielęgnowaniu utrzymać się przy życiu może.

W VIII-ym mies. długość 40 cm. waga 2 kilo. Tłuszczu pod skórą mało — dziecko jest jak pomarszczone i sine; twarzyczka ma wygląd starczy.

W IX-ym miesiącu dziecko ma 45 cm. dług. — wagi 2500 gr.

Dojrzałe dziecko po 9 miesiącach ma dług. 50 cm., waga wynosi 3200 grm., jest tłuste, różowe, głos ma silny i ruchy kończyn żywe, paznogcie i chrząstki nosa i uszu twarde.

Dr. J. Śmiarowska.

Hartowanie przy pomocy nacierań

Czytałem niedawno archaiczne dzieło autora ukrywającego się pod pseudonimem „Przyjaciel Rodziny“, zatytułowane: Słówko do wszystkich ludzi, którzy sobie życzą być zdrowymi i wesołej dosiągnąć starości. Artykuł ten traktuje o leczeniu wodą i w sposób niezwykły zwalcza szereg zakorzenionych w społeczeństwie przesądów z dziedziny wodowstrętu.

Rozwijając myśli tam wyłożone, powinienem właściwie nazwać swój artykuł „Słówko do wszystkich matek, które chcą mieć zdrowe, niezakatarzone dzieci“.

Biedna woda, przechodziła niezwykle zmienne koleje losu; to szafowano nią przy lada okazji, lub nawet bez okazji, to znów bano się jej, jak ognia, to uciekano się do procedur lodowato zimnych, to znów aplikowano okłady i kąpiele, oraz nacierania gorące.

Woda ma bardzo szerokie zastosowanie nietylko w lecznictwie, lecz i w zapobieganiu chorobom, jednak musi być stosowana umiejętnie. Niefachowe i bezkrytyczne operowanie zabiegami wodnemi może być niebezpieczne.

Nie będę mówił o nacieraniach leczniczych przy chorobach ostrych, przy pielęgnowaniu skóry bardzo długo leżących w łóżku, pominę również leczenie wodą cierpień nerwowych; wszystko to wchodzi w zakres ordynacji lekarskich. Do opisania pozostaje dział nacierań hartujących dzieci wątłe, skłonne do katarów, do częstych przeziębień.

Największą trudność mamy zawsze z przełamaniem obawy mamy czy babci co do chłodnej wody.

„Duduś jest tak skłonny do przeziębień, najlżejszy wiaterek już wywołuje u niego katar trwający miesiącami“.

Jakby na zawołanie odpowiada na to pytanie „Przyjaciel Rodziny“ mówiąc: „Żadnego wcale niebezpieczeństwa w onych obmywaniach nie trzeba się lękać: i owszem niema pewniejszego środka, aby się od przeziębienia uwolnić, albo się uchronić, a osobliwie ciało uczynić nieczułem na wszelkie zmiany powietrza, wzmocnić i pokrzepić“.

Najłatwiejszą do wykonania w domu jest metoda hartowania zapomocą nacierań wodą zwykłą lub mineralną, najlepiej solanką słaboprocentową (0,5% — 1,5%). Można też do wody dodać nieco spirytusu lub octu aromatycznego.

Gdy mamy słabe, odhartowane, wiecznie zasmarkane dziecko, a chcemy zrobić z niego tryskającego zdrowiem, zdolnego do przyszłych wyczynów sportowych, godnego następcę swego imienia winniśmy je hartować wodą.

Nacieranie najlepiej rozpocząć z początkiem lata, tak aby na zimę

dziecko już było o tyle o ile do zabiegów przyzwyczajone. Można je jednak zacząć i później.

Rozpoczynamy zabiegi w stanie zupełnego zdrowia, chociaż lekki katar nosa trwający od dawna i przebiegający bez gorączki nie przeszkadza rozpoczęciu.

Aparatura jest niezwykle prosta.

1) Wiadro z wodą, lub naczynie z solanką.

2) Dwa prześcieradła, lub ręczniki.

3)Termometr kąpielowy.

4) Gąbka.

5) Czysto wymyte i zdrowe ręce wykonywującego nacieranie.

Nacieranie wykonywujemy rano po wstaniu, naczczo, lub po lekkiem śniadaniu.

Mylne jest ogólne mniemanie, że nacieranie i wogóle wszystkie procedury wodne wykonywuje się wodą bardzo zimną. Obecnie w praktyce u dorosłych nawet, a więc tembardziej u dzieci stosujemy wodę bynajmniej nie zimną, lecz chłodną, lub nawet letnią. Ciepłota jej nie powinna być u dzieci niższa niż 20° C. Do pierwszych zaś seansów należy dać wodę o t° 25° C.

Jeżeli robimy nacierania solanką wówczas do litrowego naczynia sypiemy 1 — 1½ łyżki deserowej soli Ciechocińskiej, lub innej, a nawet ostatecznie zwykłej kuchennej.

1) Nacieranie przez prześcieradło (wg. starych wzorów Priessnitz'a).

Maczamy prześcieradło w kubełku; wyżąwszy je niezamocno, możemy zacząć zabieg.

Dziecko staje z podniesionemi do boku rękami, kładziemy mu prześcieradło na piersiach i owijamy raz dookoła, poczem każemy opuścić ręce dziecku i owijamy jeszcze raz przez ramiona. Nacieramy najpierw plecy podtrzymując dziecko lewą ręką na piersiach, potem odwrotnie, następnie brzuch, ręce i nogi.

Przy nacieraniu brzucha należy wykonywać ruchy koliste od prawego biodra, ku górze, na prawo i na dół.

Nacieranie nie powinno być zbyt mocne, winno być natomiast bardzo szybkie. Cała procedura wraz z lekkiem oklepywaniem, które winno zakończyć zabieg i które nie obejmuje brzucha i okolicy ledźwiowej nie powinna trwać dłużej niż 3 minuty.

Następuje szybkie odwinięcie, zawinięcie w suche prześcieradło i energiczne jeszcze krótsze wytarcie, poczem dziecko się szybko ubiera. Nie pozwolić na pokładanie się po zabiegu, właśnie ruch, energja w pierwszych czynnościach dnia są doskonałem wypełnieniem i zpotęgowaniem efektów nacierań.

2)Nacieranie gąbką lub rękami.

Zanurzamy gąbkę w wodzie, lub solance i w podanym wyżej porządku nacieramy całe ciało.

Zabiegi te najlepiej robić w wannie lub nawet w zwykłej balji lub czystym szafliku, ostatecznie można je wykonać (prócz nacierania rękami, gdyż towarzyszy mu pole-

wanie) nawet na suchej niefroterowanej podłodze.

Przy ostrożnem i wprawnem wykonaniu ryzykujemy najwyżej zachlapanie podłogi.

Nacierania możemy kombinować z oblewaniami i kąpielami oraz z innemi zabiegami hartującemi; poruszyłem tu jedynie nacierania jako procedury najprostsze, najłatwiejsze do wykonania w domu, a przytem niezwykle skuteczne.

Dr. Cz. Hoppe.

W i z y t y



Dziecko na swobodzie.

— Tadziu, chodź szybko, ubiorę cię, idziemy z wizytą do cioci Helci — rzekła mamusia do swego ukochanego syneczka.

Tadzio klasnął w rączki radośnie. Był u cioci Helci ostatnio aż przed wyjazdem na letnisko, no a teraz po powrocie trzeba ją przecież jaknajprędzej odwiedzić. Zacznie się cykl wizyt dla Tadzia. Po cioci Helci przyjdzie ciocia Bronia, później ciocia Madzia, babcia i wujaszek Albert. Wszyscy oni tak kochają Tadzia i dają mu dużo cukierków. Tadzio ubiera się więc ochoczo i wbrew zwyczajowi kręcenia się na wszystkie strony i rozkładania na kanapie przy ubieraniu stoi jakoś prosto i biedna mamusia nie namęczyła się tyle co zawsze.

— Pojedziemy taksówką, czy tramwajem, a może autobusem? — pyta w niecierpliwem naprężeniu chłopczyk.

— Nie, syneczku, pójdziemy pieszo — odpowiada spokojnie mamusia.

Lekki grymas i skrzywienie się jakby do płaczu.

— Ja nie chcę pieszo! — woła rozżalony.

Ale perspektywa wizyty zagłusza wkońcu chęć jazdy i zrezygnowany postępuje obok mamusi, silnie trzymając ją za rączkę.

Niedługo potem w wytwornym salonie cioci Helci siedzi rozparty w wygodnym fotelu nasz mały przyjaciel. Przed nim na stole w misternych naczyniach z saskiej porcelany i czeskich kryształów stoją cukierki, czekoladki, ciastecz-

ka. Tadzia częstują, a ciocia Helcia jest wniebowzięta za każdem jego powiedzeniem. Ma jednak coś ważnego do omówienia z mamusią; Tadzio uważa, że dalej winien być osią zainteresowania w tym przybytku i przerywa rozmowę ciągłemi pytaniami, aż wreszcie, nie otrzymawszy odpowiedzi, reaguje pomrukami niezadowolenia. Wkońcu jest zły. Myśli sobie: — Udają tylko, a wcale nie interesują się mną. Woła więc coraz częściej, gdy się już najadł dowoli słodyczy:

— Mamusiu, chodźmy do domu!

Mamusi robi się przykro. Ciocia Helcia może się obrazić. Mówi więc do niego zrazu łagodnie:

— Idź, Tadziu i pobaw się czemkolwiek, nie przeszkadzaj nam rozmawiać.

Ciocia Helcia dodaje:

— Tam masz w kącie album z obrazkami, są ładne widoczki z zagranicy, obejrzyj sobie.

Tadzio z niedowierzaniem patrzy w tę stronę, wreszcie podchodzi i przegląda. Po przejrzeniu trzech widoczków, ziewnął i wrócił na fotel.

— Już obejrzałem — rzecze wielce zadowolony z siebie.

Historje cioci Helci się jednak nie kończą, a mamusia słucha ich z zaciekawieniem, udanem czy prawdziwem — niewiadomo.

— To idź teraz obejrzyj sobie figurki, tylko nie stłucz — radzi mu ciocia Helcia. Mamusia ma trochę tremy przed tego rodzaju przedsięwzięciem, ale niema rady. Zwierzeń cioci Helci wysłuchać trzeba, a może figurki zajmą na 5 minut Tadzia. Tadzio idzie do figurek, nogą jednak zawadził o dywan, przewrócił się. Popłoch był nieopisany! Ciocia Helcia dostała ataku serca z przerażenia, chociaż mamusia zapewniała, że Tadziowi nic się groźnego nie stało.

Po przywróceniu porządku ciocia Helcia, blada ze wzruszenia, kończyła właśnie opowiadać dzieje ostatniej swej choroby, gdy rozległ się huk: Piękny wazon (pamiątka po babci cioci Helci) spadł potrącony nieuważną rączką Tadeuszka i rozbił się na drobne kawałki. Przerażenie Tadzia było tak straszne, że nie śmiał głowy podnieść do góry. Stał i nie ruszał się z miejsca. Mamusia z trudem wykrztusiła:

— Coś ty zrobił, Tadziu, coś ty zrobił, Boże drogi! — a ciocia Helcia bliska była płaczu.

Męki Tadzia skończyły się wreszcie. Znudzony i zdenerwowany lżej trochę odetchnął dopiero na ulicy. Ale humorek przepadł na czas dłuższy.

W domu mamusia opowiedziała tatusiowi cały przebieg wizyty i zakończyła sentencjonalnie:

— Już nie zabiorę cię na żadną wizytę, bo nie umiesz się zachować i jesteś niegrzeczny!

— Bo ja wcale nie chcę iść więcej do cioci Helci, — oświadcza Tadzio z godnością, — ja tam nie mam co robić.

— — — — — —

Po powrocie z letnisk cykl wizyt jesiennych trwa w pełni. Nie nadwyrężajcie systemu nerwowego dziecka składaniem wizyt. Dziecko, wystrojone jak laleczka w atmosferze nienaruszalnych pokoi, czuje się źle i nudzi się. Czuje się ono dobrze tylko w towarzystwie dzieci i w takich apartamentach, gdzie można się swobodnie ruszać. Zbyt bezpośrednie jest maleństwo, by mogło naginać się do sztucznej atmosfery wizytowej i oficjalnie spełniać swą rolę. Jeżeli rodzina tak bardzo kocha dziecko, niech idzie popatrzeć, jak bawi się na swobodzie w ogródku Jordanowskim z innemi dziećmi, niech go obserwuje zdaleka i cieszy się jego radością i weselem, a niech nie każe mu zanudzać się przeglądaniem starych albumów w tradycją zmurszałych salonach lub kontemplowaniem cacek, mogących się stłuc za lada poruszeniem. Gdy dorośnie, będzie miało dosyć czasu na solidne siedzenie w sztywnych krzesłach, na na obłudę i fałszywy uśmiech.

R. Sztrancmanowa.

Z pamiętnika Wandeczki

(Ciąg dalszy). (5

Przed 7-mą kąpie się. Czyni to z wielką ochotą, zato wycierać się mniej lubi. Gdy włoży nocną koszulkę, skacze z radości. Nie wiem dlaczego ogarnia ją po kąpieli taki humor. — Może podoba się jej długa i przestronna koszulka niczem jej niekrępująca, a może cieszy się myślą o kolacji.

Po kolacji kładę ją do łóżeczka, zamykam drzwi i nie wiem sama, kiedy zasypia. Czasem słyszymy w drugim pokoju, jak gaworzy, a nawet gwiżdże lub śmieje się. Po chwili robi się zupełnie cichutko i zasypia. W tym stadjum rozwoju zastały ją drugie wakacje w jej życiu.

Na wieś do M. wyjechałyśmy w samym końcu czerwca. Podróż okazała się dużo gorsza niż poprzednia. Wandeczka nie mogła tak długo usiedzieć na miejscu i ciągle się kręciła. Wyczekiwaliśmy z niecierpliwością 7-mej w nadziei, że zaśnie, ale cóż... nie zdradzała do tego najmniejszej chęci. Dopiero o 10-tej ukołysał ją ruch pociągu i pozwoliła położyć się na ławce, na przygotowanem umyślnie posłaniu.

Na wsi podobało się jej bardzo; humor miała znakomity, jedynie tragedje działy się przy zasypianiu po drugiem śniadaniu. Wanduchna w mieście przyzwyczaiła się do zasypiania w wózeczku na spacerze i trudno jej było przystosować się do zmienionych warunków. Wtedy to wyniknęła po raz pierwszy kwestja



Młoda podróżniczka.

klapsów (Rok i 5 m.). Któregoś dnia zniecierpliwiona jej niechęcią do snu, uderzyłam ją raz lekko po łapkach. Na drugi dzień, gdy ułożyłam ją w łóżeczku, ona sama bije się po rączce i śmieje się do mnie. Oczywiste — nie zrozumiała, że to była kara. Kiedy jednak zmęczona usypia niem, dałam jej trochę mocniej w łapkę, spojrzała na mnie z takim żalem i tak serdecznie zaczęła płakać, że wszelkie klapsy wymazane są z „środków pedagogicznych".

Widzę to zupełnie jasno, iż wszelkie łajania i złości nie odnoszą pożądanego skutku, bo denerwują dziecko i zacinają je w uporze. Jeżeli Wandeczka napiera się czegoś. czego dać jej nie mogę, to jeśli zakaz nie wystarcza, staram się zwrócić jej uwagę w inną stronę. Zdarza się czasem, że Wandeczka domaga się rogalika, staje przed kredensem, wspina się na palce i krzyczy. Jeśli czuję, że niełatwo jej to wyperswaduję, wówczas uciekam się do lekkiego gwałtu — unoszę ją śpiewając coś i stawiam przed wózeczkiem z zabawkami, albo przed obrazkami, które lubi pokazywać. Często jednak wystarczy rzucić do niej piłkę lub poprosić, by coś przyniosła.

Inne też uwagi nasunęły mi się podczas tych wakacyj. Zdawna już zauważyłam, że Wandeczka jest bardzo wrażliwa, a nawet nerwowa. — We śnie często widziałam jak drgała czasami, niby z przestrachu. Często też, gdy cisza była w pokoju, a zwróciłam się do niej choćby zupełnie cichym głosem „Wandeczko", rzucała się do mnie z przerażeniem, a prawie zawsze drgała. Następnie wszelka zmiana warunków, jakaś wizyta hałaśliwego gościa odbijała się prawie zawsze ujemnie na jej usposobieniu i śnie. Myślałam, że wieś wzmocni nerwy mej Malutkiej, chroniąc ją od większych wrażeń. Naogół sprawdziły się me przypuszczenia— kurki, kaczuszki cieszyły ogromnie Wandeczkę, piasek ją zachwycał, lecz wszystko to jej nie podniecało. Raz tylko zlękła się dużego psa. Stało się to zupełnie niespodziewanie, gdyż stała blisko mnie, a pies szedł zupełnie spokojnie tyle tylko, że prost na nią. Dopiero w nocy przekonałam się o sile tego wrażenia. — Przez całą noc źle spała, zrywała się z łóżeczka z płaczem i krzykiem, tuliła się do mnie tak rozpaczliwie, że

zostawałam przy niej do chwili, aż spłakana powtórnie nie zaśnie. A trwało to kilka nocy! Wobec wrażliwego usposobienia Wandeczki tymbardziej starałam się, by atmosfera domowa była pełna ciepła i pogody.

Ilekroć zbliżaliśmy się do Wandeczki, gdy była jeszcze maleńka, tyle razy uśmiechaliśmy się do niej. A dziś, gdy mąż wraca z biura lub ja z miasta, Wandeczka wybiega rozpromieniona na nasze spotkanie, bo zdaje się jej, że nie można patrzeć na rodziców bez uśmiechu.

Wogóle uśmiech grał bardzo ważną rolę w wychowaniu Wandeczki. Z początku trochę zanosiło się, że córeczka będzie mazgajkiem, bo przez pierwsze dwa miesiące sporo płakała. Postanowiliśmy wówczas nigdy nie przemawiać tonem płaczliwym: „Biedne dziecko, biedne!“ i t. d., bo to nigdy jej nie uspakajało, a przeciwnie nieznany żal wzmagał się jeszcze. Gdy była starsza i zaczął się okres przewracania, zawsze śmieliśmy się do niej w nieszczęściu. To też Wandeczka nieraz już układała usteczka do grymasu, ale skoro spostrzegła, że my mamy pogodne miny, a nawet śmiejemy się, sama też zaczynała się śmiać. Dziś, choć już sobie nieraz guza nabiła, nigdy się nad nią nie użalamy, a i ona też nie płacze z tego powodu. Najwyżej zaaferowana pociera rączką bolące miejsce i wnet zapomina o przygodzie.

W połowie września (1 i 7 mies. ż.) wróciliśmy z Wandeczką do Warszawy. Znów zaczął się normalny miejski tryb życia. Jedynie spacery stawały się coraz krótsze z powodu prędzej zapadającego zmierzchu. Wakacje podziałały na Wandeczkę bardzo korzytnie tak pod względem fizycznym jak i pod względem rozwoju umysłowego. — Zmężniała, wyrosła i wzbogaciła bardzo swój słownik. Zauważyłam również, że stykanie się z ciotecznem rodzeństwem choć nieco starszem dobrze podziałało na Wandeczkę. Wpływ ten uwydatnił się całkowicie dopiero podczas zabaw z dziećmi w parku. Dawniej córeczka nie potrafiła wymyślać wspólnej zabawy, ani zastosować się do niej. Po wakacjach zato garnie się ogromnie do dzieci, biegnie pełna zapału za każdem napotkanem „dzi-dzi“. Najbardziej lubi bawić się z bardzo miłą dziewczyneczką Basią, o której zawsze coś mi opowiada niezrozumiałym i nieuchwytnym językiem. Poznaje też doskonale swego rówieśnika Wojtusia i choć go nie umie nazwać, bardzo prędko go poznaje i natychmiast daje mi znać o jego obecności.

D. c. n.



Wśród książek

Zawadzka: Przyczynki do sprawy opieki nad dzieckiem robotniczem. — Polski Monopol Tytoniowy.

Na terenie fabryki tytoniowej na Ochocie mieści się istny pałacyk, siedziba najmniejszych istotek ludzkich. Jest to trzynasty z kolei żłobek Państwowego Monopolu Tytoniowego, otwarty w kwietniu r. b. Dzięki uprzejmości p. Zawadzkiej, instruktorki Monopolu Tytoniowego w zakresie żłobków, zwiedzamy ten środek opieki nad dzieckiem robotniczem.

Wszystko tu lśni białością i czystością, tchnie pogodą i porządkiem. Zwraca uwagę cisza panująca, chociaż obecnie przebywa tu 25 dzieci. Cisza ta unaocznia zasadę, że jeżeli zdrowe dziecko jest racjonalnie pielęgnowane i odżywiane, niema powodu do płaczu i krzyku. Tylko dzieci starsze przed otrzymaniem posiłku, zniecierpliwione oczekiwaniem swej kolejki, denerwują się i płaczą. Trwa to kilka minut. Po zaspokojeniu głodu dobry humor wraca, oczka znów się śmieją, dziecięca przedsiębiorczość i zainteresowanie otoczeniem znów się wypowiadają. Wszystkie buzie, które mnie witały, były uśmiechnięte i zadowolone.

Codziennie na wstępie do żłobka dziecko jest kąpane, a trzy razy tygodniowo badane przez żłobkowego lekarza. W ciągu dnia dziecko ani na chwilę nie pozostaje mokre lub brudne, pielęgniarki z całą naprawdę świadomością obowiązków pilnują zdrowia i wygody swych pupilów. Względy oszczędnościowe nie grają roli, nie zachodzi najmniejsze zaniedbanie. Dziecko ma wszystko co mieć powinno, czego nawet najczulsza matka nie zawsze może dostarczyć mu w domu.

Z okazji drugiej rocznicy założenia żłobków w Polskim Monopolu Tytoniowym pani Zawadzka wydała świeżo o nich książkę p. t. **„Przyczynki do sprawy opieki nad dzieckiem robotniczem“.**

Po ukazaniu się w r. 1924 ustawy o żłobkach fabrycznych w Dyrekcji Polskiego Monopolu Tytoniowego poruszono w r. 1925 kwestję postawienia specjalnych domów na żłobki i dziecińce dla dzieci robotniczych. Zakrzątnięto się około tego dzieła raźno. Obecnie Polski Monopol Tytoniowy utrzymuje trzynaście żłobków, Warszawa posiada dwa żłobki, Poznań trzy, Kraków, Bydgoszcz, Grodno, Starogard i Winniki mają po jed-

nym. Oprócz tego Monopol Tytoniowy prowadzi 5 stacyj opieki lotnej. Koszta utrzymania żłobków i opieki tolnej wynoszą rocznie około 350 tysięcy złotych. W planie przyszłej fabryki tytoniowej w Żyrardowie projektowany jest żłobek na sto miejsc ze specjalnym ogrodem i z szeregiem urządzeń nowoczesnej techniki i wiedzy. Monopol Tytoniowy może służyć za przykład nie tylko szczodrości materjalnej w zakresie opieki nad niemowlęciem, lecz także sztuki, jak można personel przepoić miłością i oddaniem się dla dziecka. Uczucia te utrzymują personel na poziomie pogodnych, uprzejmych pracowniczek, mimo przeciążenia pracą.

Miłością do dziecka tchną również stronice książki pani Zawadzkiej. Doskonałe fotografje wnętrz poszczególnych żłobków stanowią miłą atrakcję książki, a cenne poglądowe wykresy i francuskie streszczenie książki podnoszą informacyjną jej wartość.

Dodać do tego trzeba ładny druk i wykwintny papier.

Żłobek na Ochocie jest przeznaczony dla 50 dzieci, obecnie zajętych jest miejsc 25, podczas gdy w fabryce pracuje około 500 robotnic. Stosunek tych cyfr dowodzi, że nie wszystkie matki oddają dzieci do żłobka, wolą je pozostawiać w domu na opiece starszych dzieci, lub zacofanej babki, albo ciotki. Pani Zawadzka opowiada jak trudno było przełamać uprzedzenie i nieufność matek do żłobków. Objawiały one z początku rozpaczliwą wprost nieufność i niezrozumienie celów i zadań żłobków, a tem samem i dobra swych dzieci. Obecnie ta nieufność i upór są przełamane, lecz i dzisiaj jeszcze zrozumienie ważności opieki nad niemowlęciem, nie jest powszechne.

Prasa, szczególnie pisma kobiece, organizacje kobiece, poszczególne działaczki stale i we wszystkich okazjach winny uświadamiać matki robotnicze o wartości umiejętnej i systematycznej opieki nad dzieckiem i budzić zaufanie do instytucyj, które służą temu celowi. Brak takiego zaufania dowodzi braku kultury.

Alina Trusiewiczowa.



Odpowiedzi na listy rodziców

1) Pani K. Woźniakowej. 9-cio tygodniowy synek Pani powinien jadać 6 razy na dobę, w odstępach 3 godzinnych. Przerwa nocna 9 godzin. Poszczególna porcja pożywienia 130 — 150 gr.

O ile synek Pani nie wysysa dostatecznej ilości pokarmu, należy różnicę uzupełnić mieszanką, o składzie: ½ mleka, ½ wody z dodatkiem 1½ łyż. od herbaty cukru na 100 gr. mieszanki.

Z chwilą gdy mały skończy 3 miesiące, należy skład mieszanki zmienić, mianowicie na 2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z dodatkiem 1½ łyż. od herbaty cukru na 100 gr. mieszanki.

2) Pani Hołyńskiej. Niechęć dziecka do ssania piersi może być spowodowana niedostateczną ilością pokarmu. Nie należy jednakże w żadnym razie odstawiać tak małego dziecka od piersi, lecz sprawdzić ilość wysysanego przezeń pokarmu. W razie niedostatecznej ilości należy różnicę uzupełnić mieszanką.

Ilość wysysanego pokarmu można sprawdzić bądź zapomocą ważenia dziecka przed i po nakarmieniu, bądź też zapomocą odstrzyknięcia pokarmu.

Poszczególna porcja pożywienia dla dzieci od 3 — 6 miesięcy przy 6-cio krotnem odżywianiu wynosi 150 gr.

Skład mieszanki następujący: 2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z dodatkiem 1½ łyż. cukru na 100 gr. mieszanki.

3) Pani H. W. Dęblin. 5-cio miesięczna córeczka Pani — odżywiana wyłącznie sztucznie — powinna jadać tylko 6 razy na dobę w odstępach 3 godzinnych. Przerwa nocna musi wynosić 9 godzin.

Poszczególna porcja pożywienia 150 gr. (10 łyżek stołowych). Skład mieszanki: 2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z dodatkiem 1½ łyż. od herbaty cukru na 100 gr. mieszanki.

Z chwilą ukończenia 6-ciu miesięcy należy przejść na 5-cio krotne odżywiane, tj. co 3½ godziny. Przyczem córeczka Pani powinna otrzymać 4 razy po 180 gr. (12 łyż. stołowych) powyższej mieszanki, a 1 raz kaszkę mannę na smaku z jarzyn i jarzyny.

Kaszkę mannę w ilości 1½ łyż. od herbaty należy gotować na smaku z jarzyn, do zupełnego wygotowania i otrzymania 150 gr. Po ugotowaniu dodać ½ łyż. od herb. surowego masła i 1½ łyż. od herb cukru.

Jako drugie danie jarzyna. Jarzyna musi być dobrze ugotowana, przetarta przez sito i zaprawiona masłem i cukrem do smaku. Porcja jarzyn stopniowo od 1 do 6 łyż. od herbaty.

Z jarzyn mała może dostawać marchew,kalafior, buraki, szpinak.

Już od chwili obecnej należy dawać dziecku surowe soki (marchew, pomidor, pomarańcze) stopniowo w ilości od 1 do 6 łyż. od herb.

4. Pani Marji Szelchaurowej. Roczna córeczka Pani powinna jadać obecnie 4 razy na dobę, w odstępach 3½ do 4 godzin.

Jako pierwsze śniadanie: kakao owsiane lub kawa zbożowa z mlekiem, do tego sucharki, lub o ile dziecko dobrze gryzie bułka z masłem.

Obiad: wszelkie zupy jarzynowe lub owocowe, zaprawione mąką lub zasypane kaszką, aby były gęściejsze. Mogą też być zupy zaprawiane śmietaną. O ile zupa zawierała jarzyny, to jako drugie danie może być jabłko pieczone, kompot, kisiel, galaretki. Jarzyn tych nie należy już przecierać tak mocno jak dawniej.

Podwieczorek: połowa tego co na śniadanie oraz owoce.

Na kolację: kaszka na mleku (manna, tapioka, krakowska).

Owoce może dziecko jeść wszystkie. Muszą one być tylko zawsze obrane ze skórki, dość miękkie. Jeżeli dziecko gryzie, to nie trzeba przecierać je na masę, lecz podawać w plasterkach dla ułatwienia gryzienia.

Z chwilą, gdy dziecko dostaje owoce, podawanie soków nie jest konieczne.

W tym okresie życia dziecko powinno sypiać 12 — 14 godzin na dobę. W ciągu dnia powinno sypiać już tylko 1 raz dziennie 1 do 2-ch godzin.

O ile dziecko ma małe włosy, można je myć codziennie, przy dużych włosach należy myć rzadziej.

Z chwilą gdy wyrosną dziecku zęby trzonowe, należy uczyć je myć zęby. Do mycia najlepiej używać miękkiej szczoteczki i kredy.

Połknięta przy myciu kreda nie uczyni dziecku krzywdy.

5) Pani Irenie Dudzie. Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.

6) Pani Maryli Wadlerowej. 9-cio miesięczne dziecko powinno jadać 5 razy na dobę w odstępach 3½ godzinnych. Poszczególna porcja pożywienia 180 gr.

2 jedzenie powinna stanowić mieszanka o składzie 2 części mleka 1 części kleiku owsianego z dodatkiem 1½ łyż. od herbaty cukru na 100 gr. mieszanki; 2 jedzenie pełne mleko z dodatkiem cukru, sucharków lub kaszki (manna, tapioka); jako 5-te jedzenie w porze południowej kaszka manna na smaku z jarzyn lub lekkim rosole oraz jarzyny.

Oprócz powyższego powinien synek dostawać surowe soki, jabłko skrobane.

Przy powyższem odżywianiu zaparcia powinny ustąpić.

Okres wyrzynania się ząbków jest u dziecka pomiędzy 6 a 10-tym miesiącem, dlatego też brak zębów w 8 miesiącu życia nie jest objawem chorobowym.

Tran można małemu dawać raz dziennie w ilości 1 łyż. od herbaty.

Na saneczkach należy dopiero wozić dzieci starsze. Dla niemowlęcia spacer w pozycji siedzącej jest zbyt męczący.

Kwestja sypiania samego dziecka w oddzielnym pokoju w tym okresie życia jest nieaktualna.

DO CZYTELNICZEK

Uprzejmie prosimy dołączać do listów z odpowiedzią znaczki na sumę gr. 35.

Listy, do których nie będą dołączone znaczki pocztowe, pozostawać będą bez odpowiedzi.

Zmiana adresu 50 gr.

Poradnia robót ręcznych

Dla czytelniczek dwut. „Młoda Matka"

Chcąc przyjść z pomocą naszym prenumeratorkom w wykonaniu artystycznych haftów, weszłyśmy w kontakt z właścicielką znanych kursów hafciarskich p. Wandą Korwin - Piotrowską, która w każdy czwartek od godz. 10 — 12 rano i 5 — 7 wiecz. udzielać będzie czytelniczkom bezpłatnych fachowych wskazówek.

Każda prenumeratorka ma prawo raz na miesiąc zwrócić się o wskazówki.

Równocześnie podajemy do wiadomości tych pań, które zechciałyby gruntownie opanować haft, że p. W. Korwin-Piotrowska prowadzi systematyczne kursy robót ręcznych, zawodowe i amatorskie. Kurs amatorski trwa 3 miesiące, lekcje odbywają się 3 razy tygodniowo, po 2 godziny Opłata za kurs wynosi zł. 30 miesięcznie. Prenumeratorki dwut. „Młoda Matka" korzystają z ulgowej opłaty zł. 20 miesięcznie.

ADRES KURSÓW — MARSZAŁKOWSKA 53 (BEZ LITERY) M. 22. Jako legitymacja służy na kursach kwit lub odcinek P. K. O. z opłaconej za bieżący kwartał prenumeraty. W razie zagubienia takowego, zaświadczenie administracji.

Ceny foremek bibułkowych
dla dzieci do lat 7-miu

(z przesyłką pocztową).

Sukienka	zł. 2.50	Koszulka dla chłopczyka	zł. 1.50
Ubranko	„ 2.50	„ „ dziewczynki	„ 1.25
Paltocik	„ 3.00	„ „ niemowlęcia	„ 1.00
Spodeńki	„ 1.25	Majteczki w II półroczu	„ 1.00
Bluzeczka	„ 1.25	„ zwykłe	„ 1.25
Fartuszek	„ 1.00	Kombinezka	„ 1.25

Formy wysyłamy tylko po wpłaceniu należności do P. K. O. konto 14.555 lub w znaczkach pocztowych.

Uwaga: Przy zamówieniu należy podać wiek dziecka i miarę, oraz Nr. Rad Praktycznych i Nr. modelika, na który ma być nadesłana forma.

Redakcja i Administracja: Górnośląska 20, tel. 401-24. Konto P. K. O. 14555.
Cena prenumeraty „Młodej Matki": w kraju płatna tylko zgóry rocznie 14 zł. — półrocznie 7 zł. 40 gr. — kwartalnie 3 zł. 70 gr.

ZAGRANICĄ: półrocznie zł. 10, rocznie zł. 20.

Prenumerata płatna zgóry każdego kwartału.
Cena ogłoszeń: wewnętrzne strony okładki: 1 strona 150 zł., ½ strony 75 zł., ¼ strony 40 zł., ostatnia strona i za tekstem o 50% drożej. Miejsca zastrzeżone o 25% drożej od cen powyższych.

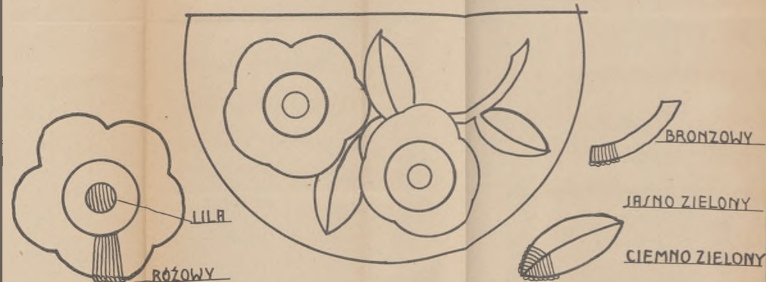
Wydawca: E. Grocholska. Redaktorzy: Dr. R. Barański i W. Pełczyńska.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.

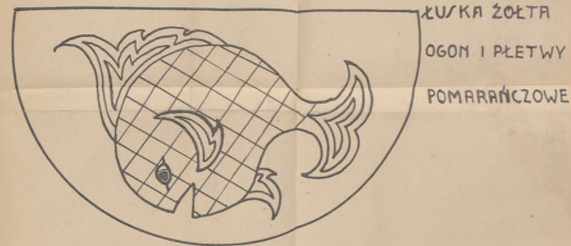
DODATEK DO NRU 20 DWUTYGODNIKA „MŁODA MATKA"

WZORY NA KIESZONKI



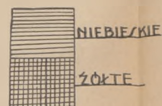
ŁAŃCUSZKIEM

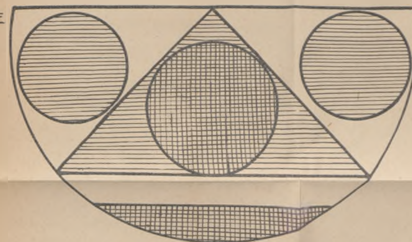
KONTUR CZERWONY
ŁUSKA ŻÓŁTA
OGON I PŁETWY
POMARAŃCZOWE



APLIKACJE Z PŁÓTNA

DZIERGANE KORDONKIEM







KRYBANIEWICZÓWNA